Opłata pocztowa opłacona ryczałtem.

ROK XLIII | WARSZAWA, 15 KWIETNIA 1926 | Nr 8

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY
„SOKÓŁ"

PRENUMEROWAĆ MOŻNA W WARSZAWIE, SZOPENA 3 NA CZEKI P. K. O. Nr 3852 ORAZ NA POCZCIE PRENUMERATA DLA GNIAZD WYNOSI ROCZNIE 7.00.

ORGAN ZWIĄZKU TOWARZYSTW GIMNASTYCZNYCH „SOKÓŁ": ZARZĄDU ZWIĄZKU I DZIELNIC: MAŁOPOLSKIEJ, MAZOWIECKIEJ, KRAKOWSKIEJ, ŚLĄSKIEJ, POZNAŃSKIEJ, POMORSKIEJ I WE FRANCJI

PRENUMERATA OGÓLNA Z DODATKIEM

	zł gr
ROCZNIE	7.00
PÓŁROCZNIE	3.50
KWARTALNIE	2.00
MIESIĘCZNIE	1.10
NUMER POJED.	0.50

Wychodzi w Warszawie, przy współpracy komitetu, składającego się z druhów: inż. d-ra Czesława Kłosia, d-ra Ignacego Kozielewskiego, E. Kubalskiego, d-ra Aleksandra Małaczyńskiego, inż. Mikołaja Maksysia, Tadeusza Powidzkiego, St. Rowińskiego, St. Strzetelskiego, inż. Michała Terecha, Alojzego Walleka, Antoniego Wolskiego.

DZIAŁ URZĘDOWY

I. PROGRAM I PORZĄDEK OBRAD ZJAZDU RADY ZWIĄZKOWEJ W WARSZAWIE.

Program Zjazdu Rady Związkowej w dniu 23 i 24 maja 1926 r. w Warszawie.

1.

Dnia 23-go maja — godz. 9-ta — Msza św. w kościele św. Aleksandra (plac Trzech Krzyży);

godz. 9.30 — Składanie pełnomocnictw w biurze Rady;

godz. 11-ta — Otwarcie Rady. Pełne posiedzenie;

godz. 16-ta — Posiedzenia Komisji.

Dnia 24 maja — godz. 10-ta — Pełne posiedzenie Rady.

2.

Pełne posiedzenia Rady odbywać się będą w sali Warszawskiego Tow. Wioślarskiego, przy ul. Foksal 19.

Tamże mieścić się będzie biuro Rady czynne w dniu 22-go maja od godz. 18-ej do 23-ej.

23-go maja od godz. 8-ej do 14-ej.

24-go maja od godz. 12-ej do 14-ej.

Obiady w cenie zł 2·50 wydawane będą w dn. 23-go i 24-go maja od godz. 14-ej do 16-ej w lokalu Warszawsk. Tow. Łyżwiarskiego, ul. Szopena Nr 3. Bilety na obiady nabywa się w biurze Rady. Mieszkanie w hotelach, w cenie od zł 3-ch (wspólne) do zł 7-iu za dobę otrzymywać można w biurze Rady. Niezbędne jest zgłoszenie zapotrzebowania listownie przed dn. 15-go maja pod adresem Przewodnictwa.

Wszyscy uczestnicy Rady Związkowej (art. 9 Statutu Związku) obowiązani są przed otwarciem Rady złożyć zaświadczenie właściwych Zarządów, stwierdzające ich prawo uczestnictwa w Radzie.

W myśl paragrafu 4 Regulaminu ubiorów i odznak służbowych uczestnicy Rady winni stawić się w strojach mundurowych.

3.

Porządek Obrad Rady Zwiazkowej w dniu 23-go i 24-go maja 1926 r.

Dnia 23 maja — godz. 11-ta — Posiedzenie pełne:

1) Zagajenie, powitanie gości, ukonstytuowanie Rady.
2) Sprawozdanie Zarządu i Komisji Rewizyjnej. Wnioski Zarządu.
3) Powołanie Komisji Matki.
4) Podział na Komisje: — Sprawozdawczo-Organizacyjną, Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego, Skarbowo-Budżetową, Przydzielenie wniosków Komisjom.

Dnia 23-go maja — godz. 16-ta. Obrady w Komisjach.

Dnia 24-go maja — godz. 10-ta. Posiedzenie pełne.

1) Komisja Matka — ogłoszenie listy kandydatów do Przewodnictwa, Sądu Honorowego i Komisji Rewizyjnej;
2) Składanie kart wyborczych;
3) Referaty i wnioski Komisji. Dyskusje i uchwały;
4) Ogłoszenie wyniku wyborów;
5) Zamknięcie Zjazdu.

II. OD PRZEWODNICTWA ZWIĄZKU.

1. Pomimo kilkakrotnych wezwań dotychczas bardzo wiele Gniazd i Okręgów nie nadesłało raportów statystycznych za rok 1925. To zaniedbanie spowoduje, że w sprawozdaniu, które drukuje obecnie Przewodnictwo, Gniazda te będą wykazane jako nieczynne. Niezawodnie, niejeden Zarząd Gniazda będzie musiał się wstydzić wobec swych członków, że ich Gniazdo nie jest wykazane w statystyce, która będzie rozesłana i czytana przez wszystkie nasze Stowarzyszenia, organizacje pokrewne i zaprzyjaźnione oraz władze państwowe i samorządowe. Wzywając po raz ostatni do bezwłocznego wypełnienia obowiązku, stawiamy ostateczny termin do dnia 20 kwietnia b. r. O ile do tego dnia raport nie będzie nadesłany, Gniazdo w statystyce nie będzie uwzględnione.

2. Przyjęto do Związku nowozałożone Towarzystwa:

w Dzielnicy Mazowieckiej: Cumań z przydziałem do Okręgu Wołyńskiego; uchwała z dnia 23.III.1926;

w Dzielnicy Krakowskiej: Niemce poczta Kazimierz ad Strzemieszyce, z przydziałem do Okręgu II Zagłębia Dąbrowskiego;

w Dzielnicy Pomorskiej: Kosów powiatu Wyrzyskiego z przydziałem do Okręgu VIII Nakło.

3. Wykreślono z listy członków Związku na podstawie wniosku:

W Dzielnicy Wielkopolskiej nieczynne Towarzystwo w Czeszewie Okręgu Gnieźnieńskiego oraz w Dębienku, Krzesinach, Gaworzewie - Szewcach Okręgu Poznańskiego.

4. Wysłuchano i przyjęto do wiadomości sprawozdanie dha Maksysia, członka Rady Nacz. Wych. fizycznego i Przysp. wojskowego z posiedzenia, które odbyło się dnia 28 i 29 marca 1926.

5. Rozpatrywano wniosek Okręgu Warszawskiego w sprawie zmiany § 11 i 12 regulaminu Okręgu i uchwalono przedstawić odpowiednie wnioski Zarządowi Związku.

6. W poruszonych przez Przewodnictwo Dzielnicy VII we Francji sprawach, dotyczących kwestji poborowych we Francji i projektu tworzenia Legji polskiej we Francji, postanowiono zwrócić się do kompetentnych władz krajowych z prośbą o wyjaśnienie.

7. Urządzenie biura Rady Związkowej oraz sprawę przygotowań, celem rozmieszczenia członków Rady, poruczono dhowi Rauerowi i Kunklowi z prawem kooptacji.

8. Postanowiono delegować na Radę Dzielnicową w Poznaniu i Tczewie członka Przewodnictwa Związku.

9. Postanowiono zaprenumerować do bibljoteki Przewodnictwa jeden egzemplarz Biuletynu oficjalnego Komitetu Olimpijskiego.

10. Upoważniono dha Naczelnika Związku do zwołania posiedzenia Związkowego Wydziału Wychowania fizycznego i Przysposobienia wojskowego na dzień 2 maja 1926 r.

11. Lustrację Przewodnictw Dzielnic Krakowskiej i Śląskiej powierzono Naczelnikowi Związku, dhowi Kłosiowi.

12. Postanowiono ogłosić zawiadomienie o kursie związkowym wych. fizycz. i przysp. wojskowego, który ma się odbyć w miesiącach letnich b. r.

13. Uchwalono wniosek na Związkowy Wydział Wych. fizycz. i Przysp. wojskowego w sprawie urządzenia biegu okrężnego z okazji jubileuszu 60-lecia Sokolstwa.

14. Przyjęto do wiadomości sprawozdanie Sekretarza Przewodnictwa z nadesłanych przez Zarządy Gniazd i Okręgów sprawozdań z działalności, a mianowicie:

sprawozdanie roczne Towarzystwa w Radomiu i Hrubieszowie Dzielnicy Mazowieckiej;

sprawozdanie roczne z działalności Towarzystw w Samborze, Drohobyczu, Podwołoczyskach, Lwowie II. — Dzielnicy Małopolskiej;

sprawozdanie roczne z działalności Towarzystw w Dąbrowie za Tarnowem, Straconce, Sierszy, Kętach Dzielnicy Krakowskiej;

sprawozdanie z Rady Okręgowej Wągrowieckiej i sprawozdanie z Przewodnictwa Okręgu Leszczyńskiego Dzielnicy Wielkopolskiej.

15. Zakwestjonowano rozkaz Okręgu Częstochowskiego w p. C. 1 i uchwalono zażądać od Przewodnictwa Dzielnicy Mazowieckiej wyjaśnień, ewentualnie poczynienia kroków celem odwołania rozkazu.

III. KOMUNIKAT SKARBNIKA ZWIĄZKU.

1. Składki należy wpłacać na konto P. K. O. 5589, i wymieniać dokładnie za jaki czas i od jakiego Gniazda.

Składki zaległe wpłacone w marcu b. r.

Sielce	38·50	Zagórze . . .	29·50
Szubin	12·—	Zimnewody. . .	45·—
Stanisławów Bel.	40·50	Chorzów . . .	39·—
Sarny	43·—	Limanowa. . .	40·—
Drohobycz . .	166·50	Ustrzyki Dolne .	49·—
Zbaraż	75·—	Cieszanów. . .	11·—
Tuchów . . .	35·—	Sieradź. . . .	30·—
Witkowo . . .	50·—	Ostrowiec. . .	49·—
Dobromil . . .	61·—	Niwki	86·—
Grybów . . .	54·—	Pieczeniżyn . .	39·70
Podhajce . . .	56·—	Przemyśl . . .	100·—
Zawiercie . . .	25·—	Raków	13·—
Krążkowy . . .	12·—	Wysoka . . .	15·—
Grudziądz Okręg.	150·—	Radom	50·—
Winniki k/Lwowa	72·—	Brzozów . . .	92·50
Rohatyn . . .	57·50	Monastarzyska .	29·03
Bursztyn . . .	11·—	Delatyn . . .	50·—
Poznań Okręg .	156·—	Kruszwica. . .	42·—
Żółkiew . . .	100·—	Obertyn . . .	50·—
Kałusz	100·—	Otynja	35·—
Mszczonów . .	17·—	Kwieciszewo . .	30·—
Plewiska . . .	15·—	Gruczno . . .	6·—
Zduny	10·10	Halemba . . .	5·—
Tłomacz . . .	50·—	Dukla	40·—
Dubno	41·—	Maków. . . .	50·—
Niepołomice . .	38·—	Środa	55·—
Krzykosy . . .	12·50	Chociesza. . .	22·50

Składki bieżące 1926 r.:

Warszawa IV .	43·50	Łąka Wielka . .	12·—
Ryczywół . . .	7·50	Janów k/Lwowa	37·50

IV. KONKURS NA STANOWISKO ZWIĄZKOWEGO INSTRUKTORA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO.

1. Przewodnictwo Związku poszukuje instruktora wychowania fizycznego. Czynności instruktora polegają:

a) na 5 — 6 godzinach dziennie pracy biurowej w lokalu Przewodnictwa przy opracowaniu programów, statystyki i wogóle wszelkich spraw, związanych z prowadzeniem gimnastyki i wychowania fizycznego w Związku;
b) na uczestniczeniu w posiedzeniach Przewodnictwa i Zw. Wydziału wychowania fizycznego. w charakterze rzeczoznawcy;
c) na lustracji prac wychowawczych w Gniazdach i Okręgach;
d) na pełnieniu obowiązków naczelnika w jednem z Gniazd warszawskich.

2. W pracach swych instruktor podlega bezpośrednio Naczelnikowi Związku.

3. Warunki, jakim instruktor winien odpowiadać, są następujące:

a) wiek — nie wyżej lat 40,
b) obywatelstwo polskie,
c) świadectwo zdrowotności,
d) ukończenie sześciu klas gimnazjalnych lub wykształcenie równorzędne,
e) ukończenie kursu gimnastycznego związkowego lub innego równorzędnego,
f) kilkoletnia praca gimnastyczna w Sokole — osobista i na stanowisku kierownika ćwiczeń,
g) zamieszkanie w Warszawie,
h) objęcie stanowiska najdalej od 1 lipca r. b.

4. Zgłoszenia, z dołączeniem curriculum vitae i podaniem warunków, nadsyłać do Przewodnictwa Związku, Warszawa, Szopena 3.

Zyskujcie prenumeratorów dla Przewodnika Gimnastycznego!

V. KOMISJA FINANSOWA DO SPRAW BUDOWY SOKOLNI.

BILANS brutto na dniu 28 lutego 1926 roku.

AKTYWA:	zł gr	PASYWA:	zł gr
P. K. O.	516·53	Cegiełka Dz. Mazowiecka	1.500·00
Kasa	542·75	Dz. Małopolska — ofiary	5·11
Bank dla Handlu i Przemysłu	20·00	„ Mazowiecka „	705·79
Bank Przemysłowców Polskich	11.327·75	„ Śląska „	22·22
Bank Towarzystw Spółdzielczych	2.296·00	„ Amerykańska „	660·00
Papiery Procentowe	8.200·56	„ Pomorska — udziały	120·00
Dłużnicy	5.950·00	„ Mazowiecka „	2.845·00
Przewodnictwo	268·20	„ Wielkopolska „	280·00
Ruchomości	700·00	„ Krakowska „	910·00
Koszty Handlowe	335·41	„ Śląska „	320·00
Druki i odezwy	1.861·59	„ Lwowska „	1.120·00
Depozyty u obcych	0·55	„ Mazowiecka — znaczki	150·00
	29.019·34	„ Poznańska „	50·00
		„ Wierzyciele	22·20
		„ Imprezy	15.617·04
		„ Extra wpływy	4.691·43
		„ Depozyty własne	0·55
	29.019·34		29.019·34

Papiery procentowe stanowią:

25 sztuk Akcji Banku Polskiego;
150 Dolarówek, a mianowicie: Nr Nr 0894185/196; 0894668/700; 0894172/176; 0894801/900.

WYKAZ Nr 13.

Udziały Kom. Finansowej:

Dz. Mazowiecka z przeniesienia z Nr 9 sztuk	280		
przybyło:			
Łomża . . . . . . sztuk	1		
Pabjanice . . . . . . „	2		
Grójec . . . . . . „	1	4	284
Dz. Krakowska z przeniesienia z Nr 9 sztuk		83	
Andrychów . . . . „		8	91
Dz. Wielkopolska z Nr 9 . . . . . sztuk		15	
Wieluń . . . . „		1	
Leszno . . . . „		8	
Kalisz . . . . „		3	
Żarków . . . . „		1	28
Dz. Pomorska z przeniesienia z Nr 9 sztuk			12
Dz. Śląska z przeniesienia z Nr 9 „		22	
Dziedzice . . . . „		10	32
Dz. Lwowska z przeniesienia z Nr 9 sztuk		76	
Sokal . . . . „		3	
Złoczów . . . . „		33	112
Razem do 28/2 1926 nabyto udziałów sztuk			559

Rozesłano do Dzielnic, Okręgów i Gniazd sztuk 27.000.

IV. KOMUNIKATY PRZEWODNICTWA Nr 4.

Przewodnictwo podaje do wiadomości jak następuje:

W wyniku inicjatywy podjętej przez M. S. Wojsk. w sprawie ulgowego przejazdu zawodników wojskowych i sprzętu na zawody sportowe, Ministerstwo Kolei zawiadomiło pismem Nr. III.2055/26 z dnia 13.III. b. r., że:

1) zawodnikom wojskowym przysługuje tylko normalna 50°/₀ zniżka, natomiast;

2) w sprawie ulgowego przewozu koni, łodzi, rowerów, szybowców i t. p. sprzętu sportowego na zawody sportowe, igrzyska wojskowe, konkursy hipiczne, urządzane przez wojskowe kluby sportowe, stowarzyszenia wojskowo-wychowawcze oraz związki lub twa sportowe, Ministerstwo Kolei nie uważa za wskazane wprowadzenie ogólnej taryfy ulgowej, lecz przyznawanie ulgi na podstawie indywidualnych podań kół i towarzystw sportowych, składanych w każdym pojedyńczym wypadku do Ministerstwa Kolei.

Podając powyższe do wiadomości komunikuję równocześnie, że wystąpiłem z odnośnym wnioskiem, aby członkom p. w. przyznano przy przejazdach na strzelnice, zawody sportowe i święta p. w. prawo do korzystania z wojskowych dokumentów podróży, uprawniających do 50°/₀ ulgi.

DZIAŁ LITERACKI

ĆWICZENIA WOLNE I ICH ROZWÓJ W NASZEM SOKOLSTWIE.

(Dokończenie).

Polonez A — dur Szopena jest kompozycją bardzo poważną o przepięknej harmonizacji uwydatniającej grozę i zapał surm bojowych, wzywających do walki. Dla muzyków i melomenów muzyki może mieć jako układ wielką wartość ale dla gimnastyków, jako podkład do ćwiczeń popisowych, ma bardzo małą wartość z następujących powodów:

1) jest kompozycją za trudną dla uchwycenia taktu przez przeciętnego osobnika, z powodu kunsztownej zacierającej takt harmonizacji;

2) dwie jego części, mianowicie, druga, składająca się z 16 taktów, i czwarta, z 8-iu taktów, są tak niewyraźne w przejściach z taktu do taktu, że osob-

nik, mający nawet dobry muzyczny słuch, nieprędko się w takcie wymiarkuje;

3) jeden i ten sam motyw z małemi zmianami w harmonizacji, powtarza się aż 6 razy z powtórką 12 razy, a zatem, jeśli do tego motywu mają być ułożone różnego gatunku ruchy i nie mają się równo z motywem 12 razy powtarzać, to będzie nadzwyczaj trudno pamięciowo ogarnąć, które ruchy mają być przystosowane do motywu, pierwszy raz granego, a które do tego samego motywu, granego drugi, szósty czy 12-ty raz;

4) jedno tempo ćwiczeń, powtarzających się aż przez 152 takty poloneza granego bez przerwy, znudzi widzów i zatrze wrażenie choćby najbardziej efektownych kombinacyj ruchowych.

Drugi warunek w końcowym swym zdaniu żąda, aby i ćwiczenia wykazały walory, zwłaszcza rytmiczne i estetyczne. O ile mi wiadomo, w Sokolstwie naszem dotąd nie obowiązuje gimnastyka rytmiczna, a następnie, w gimnastyce niema ruchów nieestetycznych, jeżeli mają rozwój organizmu na względzie i są wykonane należycie. Jeśli chodzi o gimnastykę rytmiczną, to za zasadę przyjęto w niej, aby w melodji, przechodzącej w tony wyższe, wykonywać ruchy z ciałem wyciągniętem w górę i rękami wzniesionemi wysoko, a w tonach niższych posługiwać się ruchami w ciele skulonem i pochylonem ku ziemi.

Jak będzie uwzględnioną ta zasada ze względu na walory rytmiczne, jest rzeczą bardzo ciekawą w ćwiczeniach, wykonywanych masowo na miejscu, ograniczonem do paru kroków i do jednego motywu, powtarzającego się sześć razy, a przy powtórze 12 razy?

A jeśli zwykłe ruchy gimnastyczne mają uwzględnić rytm zawarty w tym polonezie, to śmiem twierdzić, że rytm ten jest tak jednostajny, jak w niewielu innych utworach i że właśnie w tym polonezie będzie bardzo trudno wydobyć walory rytmiczne i dać ruchy różnogatunkowe, jakto możnaby uczynić, naprzykład, przy wieńcu pieśni polskich dowolnego układu.

Przechodzę wreszcie do trzeciego warunku, mojem zdaniem najmniej możliwego, do wykonania na zlocie bez obawy blamażu. Te 152 takty poloneza ma się wykonać za jednym zamachem od początku do końca bez przerwy i bez okaziciela. A więc, to ma być największa nowość i postęp w ćwiczeniach popisowych!... Kto bywał na naszych zlotach, kto przygotowywał druhów do zlotów i kto wie z jak różnorakiego elementu składa się zespół członków naszego Sokolstwa, ten z pewnością po głębszej rozwadze i rozpatrzeniu pro i contra nie postawiłby takiego projektu.

Projekt ten wyłonił się, zdaje się, pod wpływem pięknie wykonanych tańców rytmiczno-plastycznych przedstawiających plastycznie, na podstawie motywów muzycznych pewne epizody życiowe lub fantazje duchowe. Więc mamy najróżnorodniejsze nazwy tych tańców, jak np.: „Taniec marynarzy“, „Taniec chińczyków“ lub „Śmierć róży“, „Taniec nocy“, „Taniec śmierci“ i tp. Są to rzeczy bezsprzecznie ładne, gdy są wykonywane na scenie przez niewielką grupę ludzi, specjalnie się tym ćwiczeniom oddających i mających w tym kierunku zdolności przyrodzone, ale w tańcach rytmicznych wywołuje w nas wrażenie estetyczne linja po której ruch został wykonany i wreszcie ostateczne ustalenie jakowejś pozycji. Patrzymy na małą grupę ludzi i linje te dadzą się zbliska dobrze obserwować. Inaczej ma się rzecz przy ćwiczeniach, wykonanych przez masy — linje zacierają się dla widzów, patrzących z oddali, a pozostają tylko końcowe położenia czy postawy po wykonanych ruchach. Im większa różnica między jedną postawą a następną, tem większy efekt dla widzów.

Jakie było wykonanie poszczególnych ruchów przez poszczególnych członków?—nie widać! Wpadają tylko w oko omyłki zle ćwiczących druhów, gdyż ruch ich różni się zasadniczo od kierunku ruchów całej masy.

Wreszcie praktyka zlotowa żąda, celem wywoływania efektów, aby obraz nie ograniczał się do jednorazowego wykonania pewnej serji ruchów, gdyż oko masy widzów nie jest przyzwyczajone do szybkiego chwytania ruchów i natychmiastowego orjentowania się w ich estetyce czy trudności; decyzja następuje dopiero po kilkakrotnem powtórzeniu tej samej serji ruchów, bo wrażenie estetyczne powoli się wyrabia i utrwala a następnie dopiero wywołuje zachwyt.

Do ciężkiego warunku jakim jest bezsprzecznie pamięciowe przyswojenie następstwa 152 taktów ruchu wykonywanych do jednostajnej melodji, dodano jeszcze jeden warunek ciężki t. j. że ćwiczenia te mają się odbyć bez okazicieli.

Na ostatnim zlocie mieliśmy namacalny przykład, co się dzieje, jeśli niema dobrych okazicieli, orjentujących się szybko w sytuacji, wytworzonej czy to muzyką czy też zawsze możliwą pomyłką.

Widzieliśmy, jak jedna połowa kolumny ćwiczącej na boisku od pewnej części obrazu stała bezczynnie, a druga ćwiczyła. Na mnie wywarł ten wypadek deprymujące wrażenie, gdyż widziałem coś podobnego na zlocie w czasie oficjalnego występu, dopiero pierwszy raz w ciągu 25-letniej mojej służby sokolej.

Mojem zdaniem, jeśliby się miało wykonywać poloneza odrazu w całości, potrzebni są okaziciele ustawieni ze wszystkich czterech stron w kolumny, aby ćwiczący po każdym zwrocie mogli mieć przed oczami okaz dalszego następstwa ruchów, składających się na całość obrazu.

Największym błędem tego całego projektu jest ten, że przez całe 152 takty jest jedno tempo, przy którem nie można uwydatnić różnego charakteru ruchów, oraz to, że wszystkie ruchy muszą być wykonywane w jednostajnym tempie o bardzo mało zmiennym i często powtarzającym się tymsamym rytmie.

Nawet najładniejszy układ ćwiczeń nie wywrze skutkiem tego należytego efektu, gdyż nie będzie urozmaicenia, a cały obraz wskutek za długo i bez odpoczynku trwającego napięcia uwagi przy jednostajnej muzyce Poloneza A—dur stanie się przy końcu nudnym.

Dziś uwzględniamy w ćwiczeniach gimnastycznych ruchy gibkościowe, zręcznościowe, szybkościowe i siłowe, a każde z nich ma swój odrębny rytm i sposób wykonania dlatego polonez ten nadaje się swoim rytmem tylko dla ćwiczeń siłowych wykonywanych energicznie i w dość powolnym tempie, dla odtwarzania innych ćwiczeń w tempie poloneza niema miejsca.

Jak wspomniałem na początku, już na Zlocie Grunwaldzkim był uwzględniony charakter różnych ruchów, dlatego nie powinniśmy dzisiaj cofać się do pierwocin w pomysłach wolnych ćwiczeń popisowych, ale iść naprzód. Należy sięgnąć do wielkiej skarbnicy melodji naszych pieśni narodowych, a wyciągnąwszy z niej kilka efektownych melodji o różnym rytmie, dostosować do nich różnoraki charakter ruchów gimnastycznych, z czego stworzy się przepiękne obrazy, tchnące polotem polskiej duszy i zgodnie z postępem w dziedzinie wych. fizycznego.

Łódź — *Szczęsny Połomski*
wizytator wych. fizycz.

Druhu Prezesie! Czy Twoje Gniazdo prenumeruje i płaci za „Sokoła“?

RADA NACZELNA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I PRZYSPOSOBIENIA WOJSKOWEGO.

Wychowanie fizyczne w Państwie naszem jest problemem dotychczas nieuregulowanym. I możliwe, że sprawa ta byłaby długo czekała, gdyby nie równie ważna, ale bardziej aktualna sprawa przysposobienia wojskowego, którą złączono ze sprawą wychowania fizycznego. To spowodowało, że Pan Minister Wyzn. Relig. i Ośw. Publ. w porozumieniu z Ministrem Spraw Wojskowych oraz kilku innymi Ministrami — powołał drogą rozporządzenia Radę Naczelną wych. fizycz. i przysp. wojsk. oraz Wojewódzkie i Powiatowe Komitety wych. fizycz. i przysp. wojsk.

Zdawna oczekiwana instytucja ma doniosłe zadania do spełnienia, dlatego na pracę jej spoglądają wszyscy z zainteresowaniem i z niepokojem, aby w oczekiwaniach nie zawiodła, jak to już miało miejsce w pierwszych próbach tego rodzaju, (taka Rada istniała w 1920 r. i zgasła śmiercią naturalną bez wydania jakichkolwiek rezultatów).

Nowej Radzie i jej Komitetom postawiono (w myśl rozporządzenia z dnia 25 kwietnia 1925 r.) wielkie zadania, dość wyliczyć najważniejsze: wypowiadanie opinji w sprawach, dotyczących wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego i przedstawianie wniosków w tych sprawach; podejmowanie prac teoretycznych w zakresie wych. fiz. i przysp. wojsk.; szerzenie idei wych. fiz. i przysp. wojsk.; koordynowanie działalności poszczególnych organów państwowych i samorządowych w powyższych dziedzinach; samodzielna inicjatywa w dziedzinie organizacji wych. fiz. i przysp. wojsk.; udzielanie dyrektyw i wskazówek Komitetom Wojewódzkim i Powiatowym.

Z tego szerokiego zakresu należałoby wnosić, że Rada sprawę wych. fiz. w Państwie unormalizuje, ustali metody i programy, aby zdrowie narodu wzmocnić i siłę fizyczną Państwa podnieść, przez dostarczenie dla potrzeb Rzeczypospolitej maximum jednostek zdrowych, silnych i przygotowanych.

Pierwsze posiedzenie Rady odbyło się 28 marca 1926 r. Rozpoczęto je inauguracyjną akademją, na którą prócz członków Rady zaproszono kilkaset gości z pośród sfer rządowych, wojskowych i społeczeństwa.

Na inaugurację złożyły się bardzo piękne i zwięzłe referaty znanych w dziedzinie prac wychowawczych referentów, którzy jednak nie ujęli ważnych i aktualnych problemów wych. fiz. i przysp. wojsk., któreby mogły być przedmiotem obrad Rady Naczelnej, a raczej miały charakter propagandowy i wychowawczo-pedagogiczny dla szerokiej publiczności.

Zagaił je i przewodniczył im w zastępstwie chorego p. Ministra Oświaty St. Grabskiego, p. Wiceminister Łopuszański, który też wygłosił jeden z najważniejszych referatów na temat zadań Rady Naczelnej wych. fizycz. i przysp. wojsk. Nadzwyczajnie interesujący ten referat, w którym wypowiedziano dużo cennych uwag na temat obecnego stanu wychowania fizycznego i sportów u nas, postaramy się w swoim czasie zamieścić w naszym Przewodniku, celem zaznajomienia z temi sprawami szerszego ogółu druhów, z których niejeden zapewne zasiada w Komitetach czy to Wojewódzkich czy Powiatowych.

Pan generał Stanisław Burhardt-Bukacki wygłosił referat o przysposobieniu wojskowem, w którem zobrazował sprawę przysp. wojsk. w innych państwach i wykazał pilną potrzebę należytego zorganizowania tego działu pracy wśród szerokich mas naszego młodego pokolenia, i takiego pociągnięcia do pracy przysp. wojsk. rezerwistów, aby pomogli sprawie, a sobie i państwu przysporzyli korzyści bezpośrednich.

Z kolei odczytał dr Kopczyński referat nieobecnego wskutek choroby dr Eugenjusza Piaseckiego o zagadnieniu boiskowem: referent proponuje utworzenie i zorganizowanie w Polsce związku boiskowego, którego zadaniem byłoby budowanie i urządzanie boisk oraz kształcenie odpowiednich instruktorów; zdaniem referenta, powinien powstać przy Radzie Naczelnej osobny Wydział boiskowy.

Dr Tadeusz Strumiłło w referacie o współżyciu z przyrodą wykazał wielkie znaczenie wychowawcze, jakie mają obozy letnie i wycieczki krajoznawcze, urządzane dla młodzieży przez Min. Spraw Wojskowych i przez harcerzy. O współżyciu z przyrodą mówił dziekan Uniwersytetu Warszawskiego prof. Bolesław Hryniewiecki, kładąc nacisk na propagandę ochrony przyrody wśród młodzieży i budzenie zamiłowania do obcowania i przebywania wśród natury. Do tego celu zmierzają starania stworzenia t. zw. rezerwatów czyli parków naturalnych w Tatrach, w Karpatach, w górach Świętokrzyskich i innych, jeszcze ręką ludzką niezupełnie zniszczonych, naturalnych ośrodków.

Ppłk. Bobkowski wskazał na potrzebę uprawiania sportu, jako jednego z pomocniczych środków przy przysposobieniu wojskowem; w szczególności zachęcał do mocno zaniedbanego sportu pływackiego, a także wioślarskiego i żeglarskiego. Bardzo interesujące były porównawcze dane statystyczne.

P. ppłk. dr. Wł. Osmólski omówił stosunek sportów do wychowania fizycznego, wykazując, że wychowanie fizyczne jest wypływem rozumu, sport zaś instynktu. Referent wykazał szereg wad i zalet sportu, nie szczędząc przy tej okazji gorzkich słów samemu społeczeństwu, twierdząc, że tacy są sportowcy, jakiem jest społeczeństwo, z którego wychodzą, i konkludując, że zadaniem Rady będzie godzenie sportu z wychowaniem fizycznem, na którem sport musi się opierać.

Ostatni referat wygłosił ppłk. Walerjan Sikorski o odznace sportowej; zalecał ją wprowadzić, jako środek propagandowy, do wciągnięcia szerokich mas młodzieży w szeregi organizacyj wychowawczych, sportowych i przysposobienia wojskowego. Na tem zakończono posiedzenie poranne.

W dalszych posiedzeniach, które odbyły się tegoż dnia popołudniu i dnia następnego (29.III.1926 r.) przez cały dzień, brali udział tylko członkowie Rady, w skład której wchodzą: Minister W. R. i O. P. dr Stanisław Grabski, Przewodniczący Rady Naczelnej; Tadeusz Łopuszański, wiceminister Min. W. R. i O. P., zastępca przewodniczącego i delegat Ministerstwa; dr Stanisław Kopczyński, naczelny wizytator higjeny szkolnej, delegat Ministr. W. R. i O. P. zarazem sekretarz Rady; Stanisław Burhardt-Bukacki, gen. bryg., szef oddz. III Szt. Gen. i ppłk. dr Wł. Osmólski, obaj delegaci Ministerstwa Spraw Wojskowych; dr Jan Adamski, zastępca Gener. Dyr. Służby Zdrowia, i dr Walenty Miklaszewski, radca ministerjalny, jako delegaci Ministr. Spraw Wewn.; Bronisław Krakowski, naczelnik wydziału, dr Klemens Pawlikowski, st. referent, jako delegaci Min. Pracy i Op. Sp.; dr Grzegorz Zawadzki, kurator okręgu szkolnego warszawskiego, delegat miasta st. Warszawy; Józef Moldenhawer, podprokurator Sądu Najwyższego. delegat Wojewódzkiego Komitetu warszawskiego; gen, bryg. Andrzej Galica, delegat Woj. Kom. krakowskiego; kurator szkolny Stanisław Sobiński, delegat Woj. Kom. lwowskiego; gen. bryg. Aleksander Kowalewski, del. Wojewódzkiego Komitetu stanisławowskiego; naczelnik Urzędu Zdrowia, dr Czesław Kujawski, delegat Woj. Komitetu tarnopolskiego; gen. Zieliński, w zastępstwie del. Woj. Kom. lubelskiego; Wojewoda poleski, Młodzianowski, del. Woj. Kom. poleskiego; gen. bryg.

Jan Tabaczyński, del. Woj. Kom. nowogrodzkiego; Kurator szkolny, Zygmunt Gąsiorowski, del. Woj. Kom. białostockiego; wojewoda wileński, Olgierd Malinowski, del. Kom. wileńskiego; kurator szkolny, Wincenty Sikora, del. Kom. wołyńskiego; gen. dyw., Jan Władysław Jung, del. Kom. łódzkiego; mjr. Szt. Gen., Tadeusz Kadyi del. Kom. śląskiego; gen. bryg., Ferdynand Zarzycki, del. Kom. pomorskiego; wizytator higjeny szkolnej, dr Stefan Szuman, del. Kom. poznańskiego; dr Mieczysław Orłowicz, del. Związku Związków sportowych; inż. Mikołaj Maksyś, del. Związku Towarzystw Gim. „Sokół" w Polsce; mjr. Kazimierz Kierzkowski, del. Związku Strzeleckiego; prof. uniwersytetu Lubelskiego, dr Tadeusz Strumiłło, del. Związku Harcerskiego; prof. Józef Grabowski, del. nauczycieli szkół średnich i wyższych; nauczyciel Maurycy Kisielnicki, del. Związku nauczycieli szkół powszechnych; senator Michał Siciński, del. Stow. chrześć. - narod. nauczycieli szkół powsz.; dr Marjan Ruszkowski, del. Naczelnej Izby lekarskiej; dr Władysław Świątopełk-Zawadzki, del. Warsz. Tow. hygjen.; dr Józef Zawadzki, del. Związku miast polskich; Jerzy Osmołowski, del. Zjazdu Sejmików powiatowych. W końcu mianowani przez Pana Ministra W. R. i O. P. w porozumieniu z Min. Spraw Wojsk., jako wybitni znawcy w. f. i p. w. dr Eugenjusz Piasecki, prof. uniwer. Poznańskiego; dr Stanisław Ciechanowski, prof. uniwer. Krakowskiego, i ks. Walerjan Adamski, patron Zjednoczenia Młodzieży Polskiej.

Rada Naczelna zapoznała się szczegółowo ze stanem organizacyjnym oraz z dotychczasową pracą Wojewódzkich Komitetów w. f. i p. w. z bardzo obszernych sprawozdań poszczególnych delegatów. Na wzmiankę zasługuje szczegółowy i obszerny program pracy, jaki postawił sobie do wykonania Komitet krakowski, który pozatem zgłosił szereg wniosków do Rady Naczelnej, która je odesłała do załatwienia Wydziałowi Rady Naczelnej; trzeba jednak nadmienić, że niektóre Komitety właściwie jeszcze nic nie zrobiły dotychczas, czekając na wskazówki z Warszawy.

W szczegółowej dyskusji poświęcono wiele czasu sprawie przysposobienia wojskowego, omijając zbyt ostrożnie problem wychowania fizycznego, może dlatego, że ton Radzie nadawali panowie generałowie, którym ta sprawa leży bliżej serca.

Z innych spraw wymienić należy oświadczenie dra Orłowicza, złożone w imieniu Związku Związków, Sokoła, Harcerstwa i Strzelców, w którem zaznaczono, że obecny skład Rady Naczelnej nie odpowiada istotnemu charakterowi Rady, jako ciała opinjodawczego, gdyż przeważa w niej element rządowy, zaś organizacje społeczne, zajmujące się wych. fiz. i przysp. wojsk., są bardzo słabo reprezentowane; dr Orłowicz żądał uwzględnienia większej ilości delegatów od wyżej wymienionych organizacyj, przez przyznanie im jeszcze przynajmniej dwóch delegatów, zaś innym niezaproszonym organizacjom, zajmującym się przysp. wojsk., po jednym mandacie. Rada Naczelna uchwaliła prosić pana Przewodniczącego, aby zechciał zwołać najpóźniej w czerwcu drugie posiedzenie Rady, na którem omawiane byłyby bardzo aktualne sprawy, jak ustawa o powszechnym obowiązku wych. fiz. i przysp. wojsk., oraz wynikające z ustawy wykonawcze rozporządzenia i tym podobne sprawy, w których powinna być wypowiedziana opinja Rady Naczelnej.

Materjały do tego posiedzenia mają być przygotowane i opracowane przez trzy wydziały, które w myśl rozporządzenia istnieją przy Radzie Naczelnej. W skład tych Wydziałów wchodzą z urzędu reprezentanci interesowanych Ministerstw oraz po dwóch członków z pełnej Rady z wyboru; ponadto wprowadzono na podstawie uchwały Rady po dwóch zastępców z wyboru, którzy mają prawo uczestniczenia na posiedzeniach Wydziałów. Skład tych Wydziałów przedstawia się następująco: do Wydziału wychowania fizycznego wchodzą z urzędu — przewodniczący wiceminister Łopuszański, dr Osmolski, dr Miklaszewski, Krakowski; wybrano: dra Wł. Zawadzkiego i Kisielnickiego, na zastępców dra Strumiłło i inż. Maksysia.

W skład Wydziału przysposobienia wojskowego z urzędu weszli; gen. Burhardt-Bukacki, wiceminister Łopuszański, dr Miklaszewski i Krakowski; z wyboru zaś: inż. Maksyś, mjr. Kierzkowski, zastępca dr Strumiłło.

W skład Wydziału organizacyj sportowych weszli z urzędu: przewodniczący — dr Adamski, dr Kopczyński, ppłk. Osmólski i dr Pawlikowski, z wyboru Grabowski i dr Orłowicz, jako zastępcy inż. Maksyś i mjr. Kierzkowski.

Należy przypuszczać, że wobec wielkiej ilości materjałów, nagromadzonych w Ministerstwie, Wydziały będą miały możność przystąpienia do pozytywnej pracy i że jej wyniki, na które oczekują niecierpliwie Komitety wojewódzkie, a także organizacje i społeczeństwo, będzie można przedstawić na najbliższem posiedzeniu Rady.

M. M.

Z BIBLJOGRAFJI

L. M. Törngren. Podręcznik gimnastyki, spolszczyli z oryginału szwedzkiego H. Czechowiczówna i T. Dręgiewicz. Wyd. Książnica - Atlas, Lwów—Warszawa 1926, str. 520. Cena zł 12.

Dzieło klasyczne, nieodzowne dla nauczycielstwa, bez względu na osobiste pojęcia o różnych systemach gimnastyki, zostało w 1905 r. wydane przez prof. L. M. Törngrena, dyrektora Król. Centraln. Instytutu Gimn. w Sztokholmie. Oparte na systemie Linga, miało dotąd conajmniej pięć wydań w samej Szwecji, nie licząc tłumaczeń. Niewątpliwie na tę poczytność złożyły się różne okoliczności. Nienajmniejszą jest dążność do ujednostajnienia nauki gimnastyki i do pogłębienia jej przez oparcie się na naukowych danych — jeśli wziąć pod uwagę względy zewnętrzne, i wielkie wartości naukowe i pedagogiczne samego dzieła, o czem w przedmowie tak mówi prof. dr Eug. Pasecki:

„Prawda, że dziś mało kto zapewne zastosuje bez zmian i na ślepo osnowy lekcyjne z tego dzieła w codziennej pracy szkolnej. Doda niechybnie wiele z Ellin Falk, gdy chodzi o dzieci, z Elli Björkstén w gimnastyce żeńskiej, z Nielsa Bukha w zastępach męskich— we wszystkich przypadkach zaś uwzględni wyniki prac naukowych J. Lindharda, jeżeli pozostaniemy tylko przy najważniejszych etapach inowacyj z bieżącego stulecia. To wszakże w niczem nie zmienia faktu, że wspomniane kierunki nowe, płynne jeszcze, zmienne i mało wypróbowane, nie stanowią same przez się pewnych drogowskazów. Są nieocenione przedewszystkiem dla tego, kto zna i umie szanować te prawdy, tkwiące w dziele obu Lingów, które okazały się wieczystemi, oraz zharmonizuje z niemi przyczynki i ulepszenia, wybrane według wskazówek własnej wiedzy i doświadczenia wśród powodzi nowych metod i syste-

mów. Najlepszy zatem wykład systemu Linga, za jaki bezsprzecznie musimy uważać podręcznik L. Törngrena, bynajmniej nie stracił na aktualności przez to, że obok niego, na półkach bibljotecznych dzisiejszego wychowawcy fizycznego, winno się znaleźć sporo dzieł nowszych“.

Dzieło składa się z 4-ch części: we wstępie (str. 1—66) autor mówi o ruchu i jego znaczeniu, o budowie ciała i organach wewnętrznych, o gimnastyce, przyrządach gimn. i ubraniu, o rozkazach i terminologji oraz o nauczycielu; w części drugiej („ćwiczenia gimnastyczne“ (Str. 66—308) mamy rzecz o postawach, o podziale ćwiczeń na grupy i o zasobie ruchów gimnastycznych, zestawionych rodzajami; kończy nauką o oddechu; w części trzeciej (str. 308 — 381) zestawił autor zabawy, zapasy i kąpiel z ratowaniem tonących, co szczególniej nam, jako zdecydowanym lądowcom bardzo książkę zalecać powinno. W części ostatniej (str. 386 — 511) daje nam autor wprost nieocenione programy lekcyjne, które książkę tę powinny szczególniej zalecić nauczycielstwu i naczelnictwom sokolim. Część ta obejmuje: lekcję gimnastyczną; ćwiczenia rzędowe i ustawiania; programy lekcyjne dla mężczyzn; przykład lekcji na dworze bez innych przyrządów, jak tylko tyczek do skoków w dostatecznej ilości, przykład programu lekc., zawierającego głównie formy zabawowe i ćwiczenia sportowe, przykład lekcji bez przyrządów z pomocą współćwiczących; programy lekcyjne dla kobiet, programy lekcyjne dla szkół powszechnych, przyrządy gimnastyczne, spis ćwiczeń gimnastycznych.

Rzecz jednak, która budzi poważne zastrzeżenia, jest to sprawa terminologji czyli słownictwa technicznego. Jak mówi w swej przedmowie prof. Piasecki, „podręcznik niniejszy po raz pierwszy wprowadza do literatury nowe słownictwo gimnastyczne, będące owocem kompromisu między dawniejszemi dwiema terminologjami lwowską i warszawską. Ustalenie zasad tego kompromisu powierzyła Państwowa Rada Wychowawcza (r. 1921) osobnej komisji, która dotąd nie znalazła środków na publikację swej pracy”.

Ubolewając nad tem, że przy środkach na zupełnie bezużyteczne i wprost szkodliwe wydawnictwa*) nie znalazły się pieniądze państwowe na opublikowanie nowego słownictwa, musimy zwrócić uwagę, że środki byłyby się znalazły, gdyby komisja zwróciła się ze swym projektem do właściwej instancji t. j. do organizacji społecznych, zajmujących się wychowaniem fizycznem, a przedewszystkiem do Sokoła, w imieniu którego komisja ta także występowała i któremu zobowiązana była przynajmniej projekt przedstawić, aby poczynić choć pierwsze kroki do istotnego uzgodnienia terminologji w największej organizacji wychowania fizycznego w Polsce.

Nie uczyniwszy tego w stosunku do władz właściwych, komisja przeprowadziła rzecz tę poza organizacją, wprowadziwszy przez członków organizacji sokolej (jakimi są chyba dotąd tłumaczka i tłumacz Törngrena) nowe słownictwo do książki, a przez to wprowadzając dalszy nieporządek i nieład do tej tak bardzo ważnej dziedziny, bowiem słownictwo techniczne sokole stanowi dotąd całość, logicznie ustaloną tak co do położenia tułowia w stosunku do przyrządu, jak i zmian tych położeń.

Zmiany w tem słownictwie mogą iść tylko od góry, rozkazem Naczelnika Związku przeprowadzone; przemycane i narzucane za pośrednictwem Törngrena, spowodują tylko szkody. Swego słownictwa musimy się pozatem trzymać, choćby dlatego, że inaczej sami się nie zrozumiemy.

Pomijając sprawę, że wobec tworzenia się Związku wszechsłowiańskiego, przyjdzie na porządek dzienny i sprawa jakiegoś ujednostajnienia terminologji, trzeba niestety, oświadczyć, że zasłużeni tłumacze Törngrena poprostu zapomnieli o dyscyplinie organizacyjnej, skoro pozwolili sobie na rzecz tak zasadniczą, jak nowa terminologja bez porozumienia się z centralnemi władzami Sokoła.

Oto nieco przykładów różnic.

Z zakresu terminologji, str. 45 Nr. 241 brzmi w tłumaczeniu: „Bokiem oznacza, że ćwiczący jest bokiem zwrócony do przyrządu. Np. wsparcie bokiem, ramiona wzwyż, wykrok—i tułów w bok. Fig. 186 — Siad bokiem. Fig. 91“. W języku sokolim to będzie brzmieć: „ćwiczący stoi poprzek do belki i ćwiczy siad w bok. Siad bokiem — jest siadem, spojonym poprzek; przy przeniesieniu lewej nogi na drugą stronę belki bez zwrotu tułowia, pozostaje siad poprzek okrakiem“. Strona 46 w Törgrenie: „Naprost oznacza, że ćwiczący jest zwrócony ku przyrządowi, fig. 122“; w słownictwie sok. jest to ustawienie przodem pobok w stosunku do przyrządu.

W Törngrenie (str. 46): „Nastoć oznacza, że całe ciało albo sam tułów jest pochylony wprzód i w dół, albo że całe ciało jest zupełnie odwrócone głową na dół a nogami do góry“, w słown. sok. jest to poprostu stanie na rękach z oparciem lub bez.

W Törngrenie (str. 46): „wznos“, w słown. sok. używane jest podnoszenie, przenoszenie, opuszczanie kończyn.

W Törngrenie (str. 46): „Półzwis opadny oznacza, że przy chwycie oburącz za przyrząd poziomy stopy opiera się piętami o podłogę przed przyrządem tak, że barki znajdują się pionowo poniżej rąk, a całe ciało jest wyprostowane i pochylone wtył“, w słown. sokol. jest to zwieszenie postawne pobok przodem.

W Törngrenie (str. 47): „Półzwis oznacza, że ciężar ciała jest podtrzymany chwytem rąk i oparciem stóp“, w słown. sok. jest to zwieszenie postawne przodem.

W Törngrenie (str. 47) „Przodem oznacza, że położenie ciała jest mniej lub więcej poziome, a jego powierzchnia przednia częściowo lub całkowicie podparta“, w słown. sok. są to wszystkie pozycje, kiedy tułów jest zwrócony przodem do przyrządu.

W Törngrenie (str. 49): „Spodem oznacza, że ciało w zwisie dwuchwytem znajduje się pod przyrządem, zwrócone w kierunku długości przyrządu”, w słown. sok. jest to pochód w zwieszeniu postawnem poprzek.

W Törngrenie (str. 49): „Wpoprzek oznacza, że ciało osią podłużną znajduje się w położeniu poprzecznem, prostopadłem do kierunku przyrządu”, w słown. sok. jest to postawa pobok w stosunku do przyrządu.

W Törngrenie (str. 49): „Wsparcie oznacza ustalenie przez zewnętrzny przyrząd mniej lub bardziej stały, o który ciało w jakiejś postawie jest oparte”, w słown. sok. jest to oparcie (ustalenie).

Mniejsza o dalsze przykłady. Różnice są wielkie i niezawsze, jeśli chodzi o jasność i prostotę, na korzyść tłumaczy; należało tedy porozumieć się z władzami sokolemi, tembardziej, że cała sprawa tłumaczenia Törngrena wyszła przecie nie skądinąd, tylko z Sokolstwa, bo tłumaczenie to ma już swoją historję, jak o tem mówi przedmowa. Otóż, wysłany przez ówczesne władze sokole na studja do Sztokholmu, dr Kazimierz Wyrzykowski „uzyskał od autora zezwolenie na polskie wydanie podręcznika jeszcze w 1909 r. Powróciwszy do kraju, wszczął żywą i bardzo owocną działalność nad propagandą systemu Linga i wyrugo-

*) Zobacz, naprz. humorystyczne a luksusowe wydanie sprawozdania Seminarjum w Radomiu, ośmieszające szkolnictwo polskie.

waniem systemu niemieckiego w organizacji sokolej, której został naczelnikiem związkowym. Wielką przeszkodą w tej pracy był brak odpowiedniego podręcznika w języku polskim. Grupuje więc obok siebie ludzi, którzy odbyli studja w Szwecji, jak p. Henrykę Czechowiczównę, p. Walerjana Sikorskiego i p. Tadeusza Dręgiewicza, i ci wspólnie przystępują do tłumaczenia wspomnianego dzieła. Rok 1914 zastał już większą część pracy gotową, niestety wojna światowa nietylko przerwała, ale też zniszczyła rękopis, oddany w przechowanie. Dopiero utworzenie przez Ministerstwo Wyzn. Rel. i Ośw. Publicznego w 1923 r. Państwowego Kursu Wychowania Fizycznego we Lwowie pod kierownictwem dra Kaz. Wyrzykowskiego dało ponowny impuls do wznowienia pracy. Wielkiem jednak utrudnieniem w pracy był brak ustalonej terminologji tak, że gotowe już tłumaczenie trzeba było trzy razy przerabiać, przyczem ostateczne ustalenie nastąpiło dopiero w początkach 1924 roku".

Tembardziej ubolewać należy, że przy trzykrotnem przerabianiu, pominięto miarodajne czynniki, bo nie możemy (aczkolwiek chcielibyśmy) podzielać opinji prof. Piaseckiego, że „innowacja ta położy kres chaosowi dotychczasowemu". Ona ten chaos, niestety, powiększy.

Jakkolwiekbądź, ma rację prof. Piasecki, mówiąc, że „Törngren w szacie polskiej ma ważne zadanie do spełnienia". Książka nawet w tej postaci powinna dojść do rąk wszystkich, zajmujących się wychowaniem fizycznem. Powinna ona pobudzić do wytężonej pracy i do żywej wymiany myśli nad wieloma zagadnieniami gimnastycznemi. Mimo wszystkie gorzkie zastrzeżenia, należy się tłumaczom tego dzieła gorące podziękowanie za pracę, wymagającą i benedyktyńskiej pracowitości, i ideowego zapału, i znajomości gruntownej przedmiotu.

O FOTOGRAFJE OBCHODÓW I POMNIKÓW „NIEZNANEGO ŻOŁNIERZA" I POLEGŁYCH NA WOJNIE.

Polskie Tow. Opieki nad Sierotami po poległych zamierza wydać album pomników i obchodów ku czci poległych żołnierzy polskich. W tym celu uprasza Zarząd wszystkie pułki i komitety obchodów o przysyłanie fotografij tych pomników i obchodów z opisem, celem umieszczenia w tym albumie. Adres: Drukarnia M. S. Wojsk. Przejazd 10.

PRZYGOTOWANIE WOJSKOWE

STRZELNICA I JEJ URZĄDZENIA.

W nawiązaniu do artykułu dha Cz. Lisowskiego, zachęcającego do strzelania*), parę słów chcę dorzucić.

Rzeczywiście, sport strzelecki jest bardzo przyjemny i pożyteczny, lecz gdzie mieliśmy go uprawiać? Przed wojną strzelnic wogóle nie było; po wojnie wobec (jak się zdawało) potrzebniejszych rzeczy, o ten rodzaj sportu nie dbano.

Kto może temu w Polsce zaradzić? Tylko — „Sokół"! Mamy tyle Gniazd rozrzuconych po całej Polsce, że tylko trochę dobrych chęci i wysiłku, a przy każdym Gnieździe może stanąć strzelnica, a przecie nie chowamy dobrego tylko dla siebie! Możemy uprzystępnić korzystanie z niej i niecztonkom, wobec czego nawet i dochód to przynieść powinno.

Zapoczątkowaliśmy już pierwszą sokolą strzelnicę w Warszawie (załączamy fotografję) i daj Boże, aby więcej Gniazd poszło za naszym przykładem.



Widok ogólny strzelnicy Gniazda II-go w Warszawie.

Wogóle strzelnica do urządzania konkursów z karabinków małokalibrowych kal. 22 bocznego ognia (6 mm.) i pistoletów — winna mieć tor długości 50 mtr, licząc od barjery do tarczy. Szerokość toru 6—8 mtr., odległość pomiędzy tarczami 1,5—2 mtr.

O ile strzelnica przez długość całego toru nie jest pod dachem, to należy za barjerą w stronę tarcz 1—2 mtr. urządzić chwytnicę, t. j. ścianę wiszącą prostopadle, która winna mieć dwie ściany z desek oddalonych od siebie — 30 cm. wypełnione wewnątrz piaskiem, gliną lub ziemią, umocowaną od poziomu podłogi 1,60 mtr., względnie zaszalowana od dołu z wycięciami, jak w ścianie przedniej.

W miejscach, gdzie będą oznaczone stanowiska (vis a vis tarcz), palisada z wycięciem 10 cm. długości i 10 cm. szerokości takiej, aby strzelec, stojąc przed tym wycięciem, mógł widzieć strzelając tylko tarczę.

W odległości 10—17 mtr. za barjerą 2-ga taka chwytnica z otworami szerszemi i tak wysoka, aby przy maksymalnym zgórowaniu kula w niej utkwiła.

Ludzie obsługujący tarcze muszą być absolutnie zabezpieczeni. Przechodzenie przez tor strzelnicy musi być uniemożliwione. Komunikację urządzić należy poza boczną ścianą strzelnicy.

Przed tarczami, w końcu strzelnicy musi być wykopany rów 1,5—2 mtr. szerokości, 1,90 mtr. głęboki, o ile można dłuższy od szerokości toru strzelnicy 1—2 mtr. ze strony, gdzie wchodzi obsługa tarcz, aby człowiek wchodząc do rowu nie był widziany ze stanowiska przy barjerze.

Dla sygnalizacji przeprowadzony dzwonek.

Tarcze urządzone na drewnianych słupach, blokowym systemem, zawieszone na lince; ściągając jedną na dół drugą gotową podnosić do góry.

Przy konstruowaniu tarcz należy unikać używania części metalowych od strony stanowisk, jeżeli są konieczne, trzeba pokryć drzewem, gdyż stałe, a nieobliczalne rykoszety, t. j. odbicie się kuli o część metalową (łebek gwoździa i t. p.) może skaleczyć człowieka obsługującego tarcze.

Od strony stanowiska pożądane jest zakrycie rowu daszkiem z desek, szerokości $^1/_2$ mtr. dla zabezpieczenia człowieka z góry podczas strzelania.

*) Przewodnik Gimn. Nr. 7, b. r. str. 78.

Na tarcze robi się zwykle drewniane kwadratowe ramy, pokryte dość grubą tekturą, na której umocowuje się tarcze papierowe (cele).

Poza tarczami w odległości 1—2 mtr. winien być usypany wał odpowiedniej wysokości, z powierzchnią oczyszczoną od strony terenu (usunięcie kamieni i t. p.) celem uniknięcia rykoszetu. Dobrze jest obłożyć takowy darniną lub obsiać trawą.

Podawanie tarcz strzelającemu uskutecznia się za pomocą 2 kółek — $^{1}/_{2}$ mtr., z których jedno umocowane jest na ścianie strzelnicy, przy barjerze, drugie w dole przy tarczach, tak aby człowiek obsługujący tarcze, mógł wysyłać strzelającym takowe, w specjalnie wykonanym w tym celu kanale, wzdłuż toru strzelnicy, ze spadkiem w stronę tarcz. Na drugie kółko założona druciana linka, na którą zaczepia się tarcze za pomocą haczyków, a obróciwszy kółko tarcza idzie ku barjerze do strzelającego.

Podług toru może również spowodować rykoszety w wypadkach zdołowania, o ile więc strzelnica nie posiada ścian bocznych i dachu trzeba zabezpieczyć się wykopaniem w ziemi prostopadłych zębów, z takim spadkiem w stronę tarcz, aby kula wystrzelona ze stanowiska przy barjerze trafiła możliwie w dół pod prostym kątem, t. j. w ścianę zęba prostopadłą, a nie w grzbiet, gdyż wtedy tylko uniknie się rykoszetów*).



Stanowiska strzelnicy Gniazda II-go w Warszawie.

*) W razie bliższego zainteresowania się sprawą, Administracja Przewodnika zapośredniczy w nabyciu odpowiednich działek.

---

7) B. ŻARNOWIECKI.

ROK 1975.

POWIEŚĆ Z CZASÓW PRZYSZŁEJ WOJNY.

Rozdział IV.

W WARSZAWIE.

(ciąg dalszy).

Warszawa miała wygląd wielkiego obozu wojennego. Wszędzie panował ruch gorączkowy. Mobilizacja była ogłoszona tejże nocy, w czasie której kapitan dążył do kraju. Po ulicach snuły się gromady ludzi, idących szybko lub biegnących. Setki, tysiące automobilów mknęło po jezdniach, zwalniając biegu na skrzyżowaniach, gdzie sygnały na masztach dawały prawo przejazdu lub wstrzymywały krótkim ruchem trzaskających tarcz długie kolumny wozów. Ciężarowe samochody naładowane materjałem wojennym szły powolnym biegiem. Gdzieniegdzie przemknął samotny pluton czołgów, idący granitową częścią jezdni, lub przejechała na omnibusach lekka piechota, zbrojna w karabiny maszynowe i samoczynne działa. Na placach miejskich w skupinach zarośli czaiły się baterje przeciwlotnicze. Wąskie, długie lufy dział, pomalowane na kolor szaropiaskowy płyt chodnika, sterczały ku niebu. Wszędzie ich było pełno — szczególnie dużą ilość dostrzegał kapitan przy mostach i wokół głównego dworca kolejowego, oraz przy głównych zakładach elektrycznych na Solcu, w pobliżu których zamieszkał.

Przy każdej baterji, ogrodzonej żelaznemi sztachetami siedziało po dwóch, trzech artylerzystów — wartowników na ławeczkach i grzało się na słonku kwietniowym. Byli to przeważnie ludzie starsi, ojcowie rodzin. Przy jednej z bateryj betonowanych, umieszczonej w schronie, wgłębionym w jezdnię Alei Ujazdowskich, tuż przy placu Trzech Krzyży, baterji przeznaczonej dla ostrzeliwania połaci nieba w kierunku Belwederu, natknął się kapitan na prawdziwą sielankę rodzinną.

Działobitnia zajmowała niewielką przestrzeń, jakieś pięć metrów wszerz i ośm wzdłuż. Pokrywy betonowe studzienek, normalnie zasłaniające luki wylotowe były zdjęte z asfaltu jezdni patrzyły szare wyloty dział, jakby przyczajonych w niemej zadumie, w oczekiwaniu celu i sygnału, który je obudzi i zawezwie do wydania potężnego krzyku walki.

Dla niedopuszczenia osób obcych do bateryj ogrodzono je niskim płotkiem żelaznych sztachetek naprędce wbitych w jezdnię.

Otóż do jednego z artylerzystów przyszły dzieci. Dwoje. Chłopiec lat dziesięć i dziewczynka lat ze siedem. Radość ich na widok ojca w mundurze, stojącego przy działach nie miała granic. Chłopiec postawił na ziemi węzełek, który przyniósł ze sobą i jak oszalały biegał po ogrodzeniu, zaglądając w otwór każdego działu. Nie śmiał go tknąć. Wreszcie odważył się i wyciągnąwszy ostrożnie rękę pogłaskał delikatnie szare narzędzia mordu. Dziewczynka biegła za malcem, niezupełnie być może, rozumiejąc jego uniesienie, lecz ciesząc się radością brata. Ojciec krzyknął na chłopca i we trójkę usiedli na jednej z betonowych pokryw. Artylerzysta rozwinął węzełek i wespół z dzieciakami żuł przyniesione jadło, nie zwracając uwagi na setki samochodów, mijających z prawej i lewej strony baterję. Dzieci śmiały się i klaskały. Odchodząc dziewczynka włożyła do wąskiego gardła armaty gałązkę wierzbiny okrytej baśkami.

Nadeszła właśnie godzina druga, podczas której wyznaczone były dwie minuty ciszy dla sprawdzenia wszelkich urządzeń technicznych obrony stolicy. Na sygnał elektryczny wydzwoniony na każdym rogu wszystko i wszyscy nieruchomo stanęli. Przechodnie i samochody. Dersław widział jak artylerzysta wszedł do podziemnej studni, aby sprawdzić łączność ze stacją podsłuchową, osadzoną na najbliższym domu i jak po dokonaniu widać tej czynności na zakończenie poruszył lewar i sprawdził łatwość manipulowania działami, których lufy podniosły się zgodnym ruchem miarowym, zatoczyły lekki łuk i wróciły do poprzedniej, stałej pozycji bojowej.

Zdaleka bieliły się i czerwieniły naroża ulic oblekjone wezwaniami mobilizacyjnemi, i ogłoszeniami jak należy się zachować w razie zwykłego, czy też gazowego ataku powietrznego nieprzyjaciela. Przed każdym domem była narysowana długa biała linja wskazująca najbliższą drogę do schronu przeciwgazowego. Wszę-

dzie na chodnikach i przy latarniach leżały stosy balonów z tlenem i zgęszczonem powietrzem. Przy każdej niemal bramie stały zamknięte szczelnie skrzynie z napisem: wapno chlorowane. Są one potrzebne dla oczyszczania powierzchni zaiperytowanej. Kapitan widział jak sprawdzano zawartość tych skrzyń, zabezpieczonych przed wilgocią, przed zlepieniem się wapna w grudki. Każdy przechodzeń szedł z maską przerzuconą przez ramię,

Dwa razy dziennie dokonywano alarmu gazowego w stolicy, przyczem jeden alarm odbywał się o godzinie dwunastej w południe, a drugi o godzinie nieokreślonej, lecz przeważnie nocą. „Chwila ciszy" była dokonywana trzy razy dziennie, dwa razy w godzinach określonych, o 9 rano i 2 po południu i raz o godzinie nieokreślonej. Po tygodniowym ćwiczeniu ludność stolicy nabrała wprawy, która w podziw wprawiła Dersława. Wykonanie zarządzeń alarmowych dowódcy obrony miasta szło składnie. Ulice pustoszały w okamgnieniu. Przechodnie chronili się do bram. Samochody stawały przy chodnikach na ulicy. Na jezdni pozostawali jedynie policjanci zaopatrzeni w aparaty z tlenem do oddychania i oddziały wojskowe, przeznaczone do obrony miasta.

W przeddzień przybycia Dersława odbył się próbny napad lotniczy dwóch pułków na stolicę. Gazy zastąpiono przez nieszkodliwe pociski dymowe. Efekt był szalony. Napadu dokonano na śródmieście w warunkach coprawda iluzorycznych, gdyż dla demostracji eskadry szły na wysokości tysiąca metrów, co w warunkach wojennych jest rzeczą wykluczoną. Miot bomb był silny i skoncentrowany.

— Niech pan sobie wyobrazi — trzepała pani Dziunia, żona jednego z kolegów, którą spotkał kapitan w Alejach Ujazdowskich — co za szalone wrażenie zrobił ten atak. Wszyscy o nim wiedzieli i każdy wiedział, że to tylko dymy, a wyznam szczerze, że mi serce tak mocno biło. Och! jak mocno biło — przytem pani Dziunia pokazała w sposób obrazowy, jak jej serce biło nakształt młota. A że miała śliczne zęby i usta, i wszystko w niej pozatem było pełne uroku, więc kapitan nic nie miał przeciw słuchaniu i patrzeniu.

— Ale wie pan, wszyscy wiedzieli, tymczasem okazało się, że dziadziunio nie wiedział, gdyż jest głuchy, a wczoraj stłukł szkła i nie czytał gazety. No i nie wiedziała nasza Marysia. Dziadunio nie wiedział i nie słyszał sygnału, ale jego pokój jest uszczelniony. Niech pan sobie wyobrazi — śmiała się rozkosznie, że przed naszemi oknami było dużo, dużo dymu, padło coś pięć takich wielkich bomb — tu okazała rękami wielkość bomb z czego można było wnioskować, że miały conajmniej po pięćdziesiąt metrów długości, a dziesięć grubości.

Obok jednego pana upadła bomba. Nawet się przewrócił ze strachu. Dobrze mu tak, na drugi raz będzie szedł do najbliższego domu, a on mieszka o dwa dalej i chciał już zajść do swego. Wie pan, policjant spisał zaraz protokół i ten pan będzie musiał zapłacić karę. Ach, jak się cieszę! — nie lubię bardzo tego pana. Ma takie wstrętne, żółte wąsy, jak nasz Dzips. Nie wie pan, kto to jest Dzips? — dziwiła się, — to stary buldog dziadunia. Dziadunio go lubi, więc trzymamy tego wstrętnego psa. Dzips również chodzi z maską. Dziadunio chciał, aby go nauczyć zakładać maskę na sygnał, ale Dzips leniuch i stary, i nie chce się uczyć. Jedna moja przyjaciółka, panna Ela Grabowska, nie wie pan? — Ależ musi pan ją znać? — drobiła. Przecież jej brat cioteczny był razem z Jurkiem.

(d. n.)

ZAWIADOMIENIE

BIEG OKRĘGOWY O PUHAR DZIENNIKA KUJAWSKIEGO W INOWROCŁAWIU.

Z okazji czterdziestolecia założenia pierwszego Gniazda na ziemi Wielkopolskiej w Inowrocławiu zainicjowało wydawnictwo tamtejszego „Dziennika Kujawskiego" stałe coroczne urządzanie biegu okrężnego dla członków towarzystw sokolich przez ufundowanie dla zwycięzcy srebrnego puhara, jako nagrody wędrownej.

Poniżej podajemy regulamin biegu okrężnego „Dziennika Kujawskiego".

1. Bieg odbywa się corocznie w Inowrocławiu w dzień Wniebowstąpienia Pańskiego o godzinie 12·30.
2. Udział w biegu mogą brać jedynie członkowie Związku Towarzystw sokolich w Polsce.
3. Zgłoszenie zawodników powinno nastąpić na 14 dni przed dniem biegu, w Sekretarjacie Dzielnicy Wielkopolskiej — Poznań Zielone ogródki.
4. Przy zgłoszeniu płaci zawodnik 1 zł. wpisowego.
5. Start i meta biegu na rynku naprzeciw ulicy św. Ducha.
6. Wytyczna biegu jak następuje: od Rynku ul. Król. Jadwigi, Zygmuntowską, Solankową, Zbychora, Aleje Sienkiewicza, św. Jakuba, Cmentarna, Przypadek, Plebanka, Średnia, Nowy Rynek, św. Ducha, Wałowa, Kalińskiego do mety na Rynku.
7, Przestrzeń biegu wynosi 3 km.
8. Prawidła biegu jak w regulaminie P. Z. L. A.
9. Biegiem kieruje Naczelnictwo Dzieln. Wielkopolskiej Z. S. P. przy współudziale Naczelnictwa Okręgu inowrocławskiego.
10. Specjalnie wyznaczeni kontrolerzy towarzyszą biegnącemu i mają prawo stawiania wniosków do komisji o zdyskwalifikowanie danego zawodnika.
11. Każdy zawodnik musi być ubrany w koszulkę sokolą i krótkie spodeńki.
12. Zawodnik przerywający jako pierwszy taśmę na mecie, zdobywa dla swego Gniazda puhar srebrny, ofiarowany przez redakcję „Dziennika Kujawskiego".
13. Puhar staje się własnością Gniazda, o ile takowe przez swego zawodnika (nie musi być jeden i ten sam) zdobędzie go trzy razy z rzędu. Gdy nastąpi zdobycie puharu trzy razy z rzędu przez tego samego zawodnika, przechodzi puhar ostatecznie na jego własność.
14. Oprócz tego otrzymają pierwsi trzej zawodnicy żetony pamiątkowe.

Żetony ofiaruje Wydawnictwo „Dziennika Kujawskiego" pozatem otrzyma zwycięzca osobną nagrodę.

Przewodnictwo Dzielnicy Wielkopolskiej ofiaruje dalsze dwa żetony dla czwartego i piątego zawodnika.

Tegoroczny bieg odbędzie się 13 maja w dniu Wniebowstąpienia Pańskiego. Spodziewamy się, że nasze Gniazda Sokole, przez odpowiednio przygotowanych zawodników wezmą jak najliczniejszy w nim udział.

Fazanowicz
naczelnik Dz. W.

STAŁE ADRESY I NUMERY KONT W P. K. O.

Przewodnictwo Zw.— Warszawa, Szopena 3, II p. Nr konta	5589
telefon 66-80	
Kom. Fin. dla Bud. Sokolni „ „ „ „	8551
Przewodnik Gimn. „Sokół“ i Komisja Wydawnicza Warszawa, Szopena 3, II p. „	3852
Drużyna „ „ „ „	10812
Komisja Gospodarcza „ Nowy Świat 40 „	732
Przewodnictwo Dziel. Małopolskiej — Lwów, Sokoła 7	
„ „ „ Mazowieckiej — Warszawa, Krucza 23 m. 5. Nr konta	10545

Przewodnictwo Dziel. Krakowskiej — Kraków, Wolska.
„ „ Poznańskiej — Poznań, Zielone Ogródki P. K. O. 205211.
„ „ Pomorskiej — Bydgoszcz, Dworcowa 31, b.
„ „ Śląskiej — Katowice, Damrota 8.
„ „ We Francji, Fr. Grzona, Calonne-Ricouart 10 rue de Lillers, P. d. C.
Przewodn. Związku Sokołów Polskich w Ameryce 1001 Bingham ul. S. S. Pittsburgh, Pa.

!! NADSYŁAJCIE OGŁOSZENIA !!

DRUHOWIE! POPIERAJCIE FIRMY OGŁASZAJĄCE SIĘ I POWOŁUJCIE SIĘ NA „PRZEWODNIK“ PRZY ZAKUPACH.

KOMISJA WYDAWNICZA ZWIĄZKU

posiada na składzie następujące wydawnictwa Związku i poleca Gniazdom:

	zł gr
Statut związkowy	—·10
Statut dla towarzystw	—·20
Regulamin część 1-sza	—·30
Regulamin zawodów i pochodowy	—·60
Musztra zwarta	—·30
Kłoś Cz. dh. — Lekka atletyka	3·—
Hamburger A. dh. — Wzory igrzysk i piramid	3·30
Bolesław Chrobry (w dziewięćsetną roczn. koronacji)	4·—
Ilustrowany przewodnik po Polsce (szlakiem wycieczki Sokołów polskich z Ameryki)	2·50
Wzory stroju Sokolego	1·—
Dyplom (dla zwycięzców w zawodach)	1·—
Pocztówki (jedna odmiana). Sokoli Rok Chrobrowski 1925	—·10
Hamburger A., Ćwiczenia z oporem współćwiczących wyd. 2-gie (w druku)	—·—
Roczniki Przeglądu Sokolego z r. 1922	3·—
„ „ „ „ 1923	3·—
„ Przewodnika Gimn. „ 1924	4·—
„ „ „ „ 1925	6·—
oraz druki:	
Legitymacje członkowskie szt.	—·02
Deklaracja przyjęcia na członka szt.	—·04
Raporty gniazdowe	—·03
Raporty okręgowe	—·05

ODPOWIEDZIALNY ZA REDAKCJĘ: Inż. MICHAŁ TERECH. REDAGUJE: KOMITET.

Drukarnia Ministerstwa Spraw Wojskowych Przejazd 10.